

Prevención de riesgos laborales en la profesión docente. Especial mención al estrés docente y a los estresores en la enseñanza

Autor: Bordetas Balsalobre, Zara Maria (Licenciada en Derecho. Master Universitario en Prevención de Riesgos Laborales).

Público: Profesionales de la educación. **Materia:** Prevención de riesgos laborales. **Idioma:** Español.

Título: Prevención de riesgos laborales en la profesión docente. Especial mención al estrés docente y a los estresores en la enseñanza.

Resumen

En los últimos años, la profesión docente se ha visto afectada por cambios económicos, políticos, sociales y culturales. Se han producido cambios en la legislación y en los sistemas educativos, existe falta de recursos materiales, desprestigio social de la figura del profesor, cambio de rol en la figura del profesor y falta de apoyo social. Estos cambios posiciona a la profesión docente como uno de los sectores de alto riesgo de sufrir problemas de salud relacionados con los riesgos psicosociales y, en particular, con el estrés y burnout.

Palabras clave: Estrés como patología laboral en la docencia.

Title: Occupational risk prevention in the teaching profession. Focus on teaching stress and stressing factors in the teaching profession.

Abstract

In recent years, the teaching profession has been affected by economic, political, social and cultural changes. There have been changes in legislation and educational systems, lack of material resources, loss of social status for the figure of the teacher, change in the role associated with the figure of the teacher and lack of social support. This changes position the teaching profession as one of the sectors at higher risk of suffering health problems related to psychosocial risks, and in particular with stress and burnout.

Keywords: Stress as occupational disease in the theaching profession.

Recibido 2018-02-05; Aceptado 2018-02-07; Publicado 2018-03-25; Código PD: 093025

ESTRÉS Y DOCENCIA

Concepto

Es prácticamente imposible dar una definición de estrés plenamente aceptada por la doctrina. Una de las razones es la confluencia de diversas disciplinas que han abordado el estudio de este fenómeno.

Se apunta a que el concepto de estrés se remonta a los estudios de Hans Selye. Describió el “Síndrome de estar enfermo” como un cuadro generalizado de cansancio, pérdida de apetito, bajada de peso, astenia, etc., que se presentaban en los enfermos que trataba, independientemente de la enfermedad que padecieran. Posteriormente, llevó a cabo investigaciones sobre la reacción de ratas de laboratorio sometidas a agentes estresantes de distinta naturaleza. Sus estudios mostraron una serie de alteraciones a nivel físico; de manera que consideró que existían diversas enfermedades que se derivaban de una continua exposición a estos agentes estresantes. En el caso del hombre, no sólo actuaban los agentes físicos sino también las demandas de carácter social y las amenazas del entorno, provocando todas ellas el trastorno del estrés. Así, Selye (1956) definió el estrés como la respuesta no específica del organismo a cualquier demanda exterior. El trabajo de Selye presenta tres aportaciones:

- 1) El estrés es una respuesta no específica, independiente de la naturaleza de sus desencadenantes.
- 2) La respuesta de estrés tiene una marcada naturaleza procausal.
- 3) La cronicidad del estrés, unida a la ausencia de mecanismos eficaces para paliar esta experiencia, incrementa la vulnerabilidad del organismo a esta patología.

Partiendo de este origen, la mayoría de los autores, (p.e. Cooper y Payne, 1988; Grandall y Perrewé, 1995; Elliott y Eisendofer, 1982; Khan y Biosiere, 1992; Lazarus, 1003; Semmer, 1996 apud Martín et al. 2003)¹ está de acuerdo en que el estrés se puede abordar desde tres perspectivas diferentes, desde el estímulo, desde la respuesta y desde la perspectiva transaccional.

1.- Perspectiva del estímulo.

La idea central de este punto de vista es que el estrés reside fuera del individuo como una fuerza externa. Hay que atender a los estímulos como desencadenantes y/o precipitadores del estrés. Así, Kahn (1985)² señala que el término estrés hace referencia a las fuerzas externas o condiciones que se suponen tienen posibles efectos negativos sobre el organismo. En esta línea, Kahn (1987)³ distinguió entre estímulos objetivos y subjetivos. Los primeros se refieren a las condiciones ambientales objetivas; los segundos, son las percepciones o evaluaciones de las condiciones ambientales objetivas. Se enmarcan dentro de esta línea conceptual definiendo el estrés, los siguientes autores (apud Otero- López et al., 2006)⁴:

Millar (1953): "Cualquier tipo de estimulación vigorosa, extrema o inusual que, representando una amenaza, cause algún cambio significativo en la conducta".

Basowitz y cols. (1995): "Aquellos estímulos con mayor probabilidad de producir trastornos".

Appley y Trumbull (1967): "Situaciones nuevas, intensas, rápidamente cambiantes e inesperadas que producen algún tipo de efecto en la persona".

2.- Perspectiva de la respuesta.

Desde estas teorías, el estrés es considerado como una respuesta psicológica o fisiológica del organismo a alguna clase de amenaza externa. La teoría de Selye se enmarca dentro de esta aproximación conceptual. En un primer momento se estudian las reacciones fisiológicas del organismo ante estos estresores y, posteriormente, se amplían a reacciones emocionales y comportamentales.

Algunas definiciones de autores defensores de esta línea de investigación (apud Otero- López et al., 2006):

Wolf (1953): "Aquel estado que se produce en un ser viviente, como resultado de la interacción del organismo con estímulos o circunstancias nocivas".

Bonner (1967): "Sentimiento de frustración y amenaza que no puede reducirse".

Ruff y Korchin (1967): "Esfuerzo agotador para mantener las funciones esenciales al nivel requerido".

3.- Perspectiva transaccional.

Esta línea de investigación centra su atención en los procesos cognitivos, evaluativos y motivacionales, que intervienen entre el estresor y la reacción del individuo. Los estímulos tienen características diferentes y cada individuo tiene distintas estrategias de afrontamiento. El estrés se considera como un proceso dinámico de interacción entre el individuo y su medio, en la que se considera tanto las características del sujeto como la naturaleza del medio.

El estrés sólo se caracteriza adecuadamente se toma en consideración tanto la situación ambiental, como la particular relación en la que se encuentra el individuo respecto de esta situación a lo largo del tiempo.

Destacar dos modelos generales de estrés que emplean una perspectiva transaccional: el de Lazarus y Folkman (1984) y el modelo de conservación de recursos de Hobfoll (1988,1989 y 1998) (apud Otero- López et al., 2006)⁵:

- Modelo de Lazarus y Folkman (1984).

El estrés psicológico es "una relación entre la persona y el ambiente, que es evaluada por la persona excediendo sus recursos y poniendo en peligro su bienestar".

Distinguen tres tipos de evaluación cognitiva: primaria, secundaria y reevaluación. La evaluación primaria se refiere al juicio de si la situación es benigna, irrelevante o estresante, y si la situación percibida es amenazadora, perjudicial o desafiante. La evaluación secundaria tiene que ver con la percepción de oportunidades para la acción y el afrontamiento de una situación estresante. La reevaluación se refiere a cambios en la evaluación basados en una nueva información del ambiente o en procesos cognitivos de afrontamiento.

- Modelo de Hobfoll (1988, 1989 y 1998) de conservación de recursos.

Hobfoll (1989) señaló que: “la gente se esfuerza por retener, proteger y construir recursos y lo que es amenazante para ellos es la potencial o actual pérdida de esos recursos”. En contraste con el anterior modelo, Hobfoll plantea que las amenazas y las pérdidas no deberían ser evaluadas únicamente desde el punto de vista subjetivo, sino también desde estándares objetivos y socialmente compartidos. Así, este modelo hace predicciones sobre la conducta humana, no sólo en situaciones de pérdida de recursos, sino también en la de baja situación de estrés, cuando el individuo intenta ganar y acumular recursos.

Estrés en el ámbito laboral

Las tres líneas de investigación del estrés se suceden también en la conceptualización del estrés en el ámbito laboral.

Desde la perspectiva del estímulo, French y Caplan (1972 apud Otero-López et al. 2006) definen el estrés ocupacional como: “las características del trabajo que suponen una amenaza para el individuo debido al desajuste entre las habilidades del trabajador y las demandas de trabajo.”

Desde la perspectiva de la respuesta, Matteson e Ivancevich (1987 apud Otero-López et al. 2006) lo definen como: “una respuesta adaptativa que es consecuencia de alguna acción, situación o evento laboral que supone una demanda espacial para la persona”.

Es Lazarus (1991 apud Otero-López et al. 2006) el que abre la perspectiva transaccional. Su planteamiento integra las demandas laborales y sus contextos y las variables personales moduladoras que son las que dan significado a la experiencia del estrés. Este autor defiende que, en el ámbito laboral, el estudio del estrés debe abarcar los procesos interpersonales, los contextos en los que se producen y las diferencias individuales de los trabajadores. El elemento fundamental es la combinación entre el trabajador individual y las diversas demandas a las que se enfrenta el trabajo.

Posteriormente, hay autores, como Brief y George (1991 apud Otero-López et al. 2006) que han matizado el concepto estrés laboral de Lazarus. Entienden que el análisis del fenómeno se debe centrar, sin dejar de lado los procesos intraindividuales, en las condiciones laborales que inciden negativamente en el bienestar de los trabajadores.

Las propuestas conceptuales desarrolladas más recientemente abogan por un planteamiento o interactivo persona-ambiente laboral. Se enmarca en esta línea Del Hoyo (1997) o Fernández, Correja y De la Torre (1997), (apud Otero-López et al. 2006): “la presión o tensión experimentada por la percepción de desequilibrio entre la demanda de la situación y la capacidad personal para responder al éxito a esa demanda, cuando las consecuencias de la resolución son percibidas como importantes”.

Estrés docente

En primer lugar, es necesario destacar la incidencia del estrés docente a través de algunas de las numerosas investigaciones realizadas. Posteriormente, será posible aproximarnos al concepto de estrés docente y a las características propias que presenta.

Los diferentes estudios realizados muestran resultados variados. De un lado, se confirma que la enseñanza es una profesión estresante (Ej., Kyriacou y Sutcliffe, 1979; Rudow, 1999; Travers y Cooper, 1996 apud Otero-López et al. 2006), llegando a conformarse como un fenómeno preocupante. La prevalencia del estrés entre los docentes oscila entre el 30% y el 90%; la mayoría de los docentes declara haber sufrido estrés en alguna ocasión. De otro, se ha comparado a los profesores con otras profesiones, poniendo de manifiesto que la enseñanza es una de las profesiones más estresantes. Así, el Instituto de Ciencia y Tecnología de la Universidad de Manchester realiza una investigación para saber qué

profesiones experimentan un mayor nivel de estrés. Se concluye que los sectores de la minería, la construcción y los servicios en general - entre los que se incluye la docencia- son los más afectados por el estrés laboral.

Destacar algunas investigaciones realizadas en Europa. Entre otras, Knight-Wegenstein (1973) concluye que un 87,9% de los docentes alemanes se siente sobrecargado por su trabajo. Brenner (1982) concluye que entre el 25% y el 50% de los profesores suecos se sienten estresados. Biener (1988) indica que el 60% de los profesores suizos sobre una situación laboral altamente estresante.

En cuanto al concepto y caracterización del estrés docente, al igual que sucede con el constructo de estrés y estrés laboral, no hay una definición unánimemente aceptada. Siguiendo, en este punto, a Kyriacou (2003 apud Otero-López et al. 2006), existen algunas cuestiones en relación al desarrollo de la definición de estrés docente.

En primer lugar, se cuestiona si se debe abordar el estudio del estrés docente desde la perspectiva del estímulo o desde la respuesta. Existiendo definiciones y líneas de investigación en ambos sentidos.

En segundo lugar, se plantea si dentro del estrés docente se deben incluir todas las demandas laborales y todos los estados emocionales o sólo el plano negativo de los mismos. Ya que hay individuos que cuentan con ciertas demandas y estímulos positivos como incentivo en el desarrollo de su trabajo. En la actualidad parece existir un cierto consenso sobre el hecho de que el estrés docente se refiere al estado emocional negativo provocado por las demandas laborales.

En tercer lugar, se apunta a que el estrés docente podría depender tanto de la percepción del docente sobre las demandas laborales, como de su capacidad de afrontamiento. Lo que tendería al estudio de estrés docente como un fenómeno en el que interaccionan el docente y su contexto laboral. Otros autores, profundizan en esta línea apuntada por Kyriacou. Se defiende que las situaciones no son “per se” estresantes, sino que influye el modo en que las personas las perciben y se enfrentan a ellas. Así, se representa el estrés por medio de tres círculos que se superponen: las situaciones, la persona y los efectos. La persona se enfrenta a unas situaciones externas y/o internas, que cuando son evaluadas como una amenaza a la consecución de sus objetivos dan lugar a unos efectos. Éstos pueden ser, a su vez, internos –influencia en pensamientos, emociones, reacciones corporales- y externos –ejecución de tareas, determinadas conductas, reacciones con otras, etc.-

Por último, Kyriacou hace referencia al desequilibrio existente entre el nivel de demandas ejercidas sobre el profesor y los recursos de los que dispone para afrontarlas. Es decir, para analizar el malestar docente hay que tener en cuenta tanto los aspectos objetivos de la realidad en la que se encuentra el docente como la evaluación subjetiva que éste realiza de estas situaciones.

Recogiendo todo lo anterior, Kyriacou y Sutcliffe (1979 apud Otero-López et al. 2006) proporcionan una definición integradora y, por lo tanto, de las más aceptadas, del estrés docente: “síndrome de respuesta caracterizado por sentimientos negativos (tales como ira o depresión), acompañados por lo general de cambios fisiológicos potencialmente patógenos (tal como un incremento del ritmo cardíaco), resultante de ciertos aspectos del trabajo del profesor, y mediado por la percepción de que las demandas planteadas al docente constituyen una amenaza para su autoestima o bienestar y también por los mecanismos de afrontamiento activados para reducir la amenaza percibida”.

Así, esta definición se podría enmarcar dentro de la perspectiva transaccional, incluyendo los estresores, la valoración, las técnicas de afrontamiento, los sentimientos negativos y las consecuencias asociadas.

Estresores en la enseñanza

Partiendo del análisis de diferentes estudios muestrales, se va a realizar una exposición y aproximación a las fuentes de estrés características del sector de la enseñanza.

FETE-UGT desarrolla el proyecto “Guía de buenas prácticas sobre el estrés en el sector de la enseñanza secundaria”⁶, para una organización dependiente del Ministerio de Trabajo. Se investiga la incidencia del estrés y burnout en el perfil docente. Para ello se desarrolla un estudio muestral con 1.125 profesores de Enseñanza Secundaria de toda España.

En base a los resultados obtenidos, se configura cinco agrupaciones de factores de estrés, atendiendo a las percepciones y respuestas de los docentes encuestados:

I.- Factores de estrés de primer nivel

Donde se incluyen los seis factores estresantes que mayor prevalencia han tenido en las respuestas de los docentes:

1. "Falta de respaldo de los padres en problemas de disciplina".
2. "Enseñar a personas que no valoran la educación".
3. "Impartir clase a un grupo con un número elevado de alumnos".
4. "Presenciar las agresiones entre alumnos".
5. "Agresiones verbales por parte de los alumnos".
6. "Desconsideraciones por parte de los alumnos".

II.- Factores de estrés de segundo nivel

Lo forman aquellos factores cuyos niveles de estrés medio-alto o alto afecta al profesorado en porcentajes que van del 40-45% de los encuestados:

1. "Mantener la disciplina al impartir clase".
2. "Alumnos que intentan probarte en todo momento para ver hasta donde llegas".
3. "Agresiones físicas de los alumnos".
4. "Realizar cosas con las que no estoy de acuerdo".
5. "Salario bajo en relación al trabajo que desempeño".
6. "Constantes cambios que tienen lugar en mi profesión".

III.- Factores de estrés de tercer nivel

1. "El hecho de que ser un buen profesor no implique necesariamente promoción".
2. "Recibir instrucciones incompatibles u opuestas".
3. "Pocos profesores para el número de alumnos que hay".
4. "Mala consideración de la sociedad hacia mi profesión".
5. "Mal ambiente en el grupo de profesores".
6. "Falta de recursos materiales para realizar mi trabajo".
7. "Presiones en el ámbito del centro para obtener unos determinados resultados".
8. "Los profesores en conjunto pueden influir poco en las decisiones del centro".
9. "Falta de información sobre cómo han de instaurarse los cambios".
10. "Tratar con los problemas normales de comportamiento de los alumnos".
11. "Formación no adecuada para responder a todas las demandas".
12. "Cuando se valora mi actuación por parte de los demás".
13. "La realización de cambios inadecuados".

IV.- Factores de estrés de cuarto nivel

Se encuentran factores con un potencial estresante minoritario:

1. "Falta de información acerca de lo que debo de hacer".

2. “Desconocimiento ante muchas de las exigencias a las que me enfrento”.
3. “Carencia de formación para enfrentarme con algunas situaciones”.
4. “Rivalidad entre grupos de profesores”.
5. “Falta de participación en la toma de decisiones en el centro”.

V.- Factores de estrés de quinto nivel

Factores que, por regla general, no producen estrés en la mayoría de los docentes encuestados:

1. “Esquemas de trabajo muy poco definidos”.
2. “Falta de oportunidades para solicitar traslados”.
3. “Inestabilidad en mi puesto de trabajo (posibilidad de quedarme sin trabajo)”.
4. “Trabajo excesivamente repetitivo y monótono”.
5. “Falta de información sobre cómo debo hacer mi trabajo”.
6. “Conflicto entre las necesidades de mi departamento y los puntos de vista de la Dirección”.
7. “Malas relaciones con superiores jerárquicos”.
8. “La excesiva supervisión de mi trabajo”.
9. “Indefinición de mis responsabilidades”.
10. “Impartir las clases en una lengua que no es mi lengua materna”.
11. “La constatación de que no me gusta la Enseñanza”.

Vemos cómo los factores de estrés que más incidencia presentan están relacionados con la falta de apoyo y con problemas de conducta del alumnado. Le siguen variables relacionadas con la organización, la falta de reconocimiento económico y los múltiples cambios que sufre la profesión.

Otero-López et al., (2006)⁷ realiza un estudio muestral en la Comunidad Autónoma de Galicia durante los años 2003, 2004 y 2005. Se realiza una batería de autoinformes a un total de 3.281 profesores de enseñanza secundaria obligatoria, repartidos en los tres años. Uno de los aspectos estudiados son las fuentes del estrés, en el entorno laboral de estos docentes.

Las fuentes del estrés se determinan a través de 78 ítems por los que se les pregunta a los docentes. Dado el elevado número de estresores, a través del análisis factorial realizado con el “Inventario de Estresores Laborales para Profesores de Secundaria”, se agrupan los ítems de acuerdo con la tendencia de respuesta de los profesores. De este modo, se identifican 10 factores diferentes de estrés:

- 1) Conductas problemáticas de los alumnos y cuestiones disciplinarias.
- 2) Motivaciones, actitudes y características de los alumnos.
- 3) Sobrecarga laboral del docente.
- 4) Cambios en la enseñanza.
- 5) Status/promoción del docente.
- 6) Competencia/seguridad percibida por el docente.
- 7) Condiciones de trabajo.
- 8) Aspectos funcionales y relacionales en el centro.
- 9) Aspectos estructurales del centro.

10) Labor docente.

Los nueve primeros ítems, pertenecientes al factor conductas problemáticas de los alumnos y cuestiones disciplinarias, son los que alcanzan puntuaciones más elevadas: falta de apoyo de algunas familias en asuntos disciplinarios, agresiones verbales por parte de alumnos, incremento de agresiones entre alumnos, resolver problemas de conducta de los alumnos, que los alumnos adopten una actitud pasiva en las clases, falta de apoyo de las autoridades extraacadémicas, vandalismo en el centro, ineficacia de las sanciones que se aplican en el centro y falta de consenso entre el profesorado en asuntos disciplinarios. Los ítems están relacionados. El docente no se siente apoyado ni por las familias ni por los compañeros, ni por las autoridades extraacadémicas, lo que evidencia falta de apoyo en las medidas disciplinarias adoptadas y en su percepción de baja eficacia. Además de la conducta violenta de los alumnos, los profesores también sufren la apatía y pasividad del alumnado, así como la necesidad de integrar a los alumnos con necesidades educativas especiales (aparecen en el factor motivación, actitudes y características de los alumnos. Es decir, el profesorado se enfrenta a su incapacidad para resolver los problemas de conducta de los alumnos y los problemas particulares de cada uno de ellos, lo que redunda en el deterioro de la satisfacción laboral del docente.

El tercer factor es la sobrecarga laboral docente. Es lo que la literatura califica como sobrecarga de rol. Destacan la burocratización del sistema educativo, que dificulta y resta tiempo a la labor propiamente docente.

En cuarto lugar de importancia se encuentran los cambios que tienen lugar en la enseñanza. Cambios que, a juicio de los docentes, se suceden con demasiada frecuencia y están mal planificados.

El resto de factores presenta puntuaciones menos elevadas. El desarrollo de la carrera profesional, las dificultades para ejercer su labor adecuadamente y el descenso de su prestigio son percibidas como cuestiones que elevan el nivel de estrés, pero no en la misma proporción e intensidad que los factores anteriores.

Destacar que los factores relacionados con los aspectos funcionales de relación en el centro, aspectos estructurales y la labor docente son las menos puntuadas como fuentes de estrés⁸.

El estudio Cisneros IX: "Riesgos Psicosociales en Profesores de la Enseñanza Pública de la Comunidad de Madrid"⁹, realizado por el Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo para el Defensor del Profesor del Sindicato ANPE en 2006 en el que se evalúa el estrés, el mobbing y burnout. En la parte en la que expone los resultados del estrés, se presentan las siguientes conclusiones:

Un 38,89% presenta indicadores clínicos de estrés. Por sexos, lo padece un 34,35% de los profesores y un 41,11% de las profesoras. Los mayores niveles de estrés lo presentan los docentes con más de diez años de antigüedad, 42,81%; va descendiendo con la disminución de la antigüedad: (de 2-10 años de antigüedad, 32,81%; menos de 2 años de experiencia, 25, 81%). La franja de edad más afectada es la de los profesores entre 46 y 55 años, 45,17%, seguido de cerca por los profesores de más de 55 años, 44,72%. Los docentes que imparten enseñanza a Bachillerato y ESO son los que están expuestos a un mayor nivel de estrés, el 44,57% y 40,66% respectivamente.

Las principales situaciones percibidas como estresantes por los docentes son las siguientes:

- Falta de colaboración y apoyo de los padres para imponer la disciplina, ascendiendo al 79,30%.
- Indefensión frente a la violencia en las aulas, 72,90%.
- Falta de respeto de los alumnos, 71,20%.
- Imposibilidad de imponer orden y disciplina, 69,70%.
- Presenciar la violencia y las agresiones entre alumnos, 67,30%.
- Incidentes críticos con los alumnos, 63,20%.
- Falta de reconocimiento social de su profesión, 62,30%.
- Violencia y agresiones procedentes de los alumnos, 61,50%.
- Presiones y coacciones de los padres a los alumnos, 54,00%.

Por el contrario, las situaciones que obtienen bajas puntuaciones, percibidas como poco estresantes son:

- Ausencia de jerarquía, en un 35,60%.
- Trabajo aburrido y sin interés, 35,40%.
- Indefinición de lo que cada uno tiene que hacer en su trabajo, 33,50%.
- Excesiva jerarquía, 33,10%.
- Envidias, rivalidades en el centro de trabajo, 32,50%.
- Inestabilidad laboral, 31,40%.
- No disponer de directrices claras para realizar su trabajo, 30,70%.
- Falta de formación adecuada para desarrollar el trabajo, 30,40%.
- Falta de definición del trabajo a realizar, 29,50%.
- Choques con otros departamentos o unidades, 27,30%.

Los estresores de los profesores se han obtenido a través del método del INSHT- NPT Nº 576.

¹ Martín et al.: "El estrés laboral, ¿un cajón de sastre?", en Proyecto Social, 10 y 11, 167-186. 2003. Disponible en: www.wont.uji.es.

² Martín et al. Op. cit

³ Martín et al. Op. cit

⁴ Otero-López et al.: Estrés laboral y burnout en Profesores de Enseñanza Secundaria. Universidad de Santiago de Compostela, 2006.

⁵ Otero-López et al. Op. cit.

⁶ UGT. Disponible a partir de <http://www.ugt.es/actualidad/2011/marzo/c15032011.html>.

⁷ Otero-López et al. Op. cit.

⁸ Vid., Otero-López et al.: Estrés laboral y burnout en Profesores de Enseñanza Secundaria. Universidad de Santiago de Compostela, 2006. Pág. 340-370

⁹ Equipo de Investigación Cisneros. Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo. Disponible en: <http://www.anpe-madrid.com/defensordelprofesor/LibroBlancoCisnerosIX.pdf>

Bibliografía

- Esteve, J.M, *El Malestar Docente*, Barcelona, Paidós. Ibérica 2003
- Martínez et al., "El Síndrome de Burnout en los profesionales de la Educación". En M. Marín, R. Grau y S. Yubero (Eds.), *Procesos Psicosociales en los Contextos Educativos*. Madrid: Pirámide, pp. 187-196. Disponible a partir de: <<http://www.wont.uji.es>>.
- Moreno-Jiménez et al. : "Desgaste Profesional (burnout), Personalidad y Salud Percibida", en J. Buendía y F. Ramos (Eds). *Empleo, estrés y salud*. Madrid: Pirámide. (2001). Pág. 59-83.
- Otero-López et al., *Estrés Laboral y Burnout en Profesores de Enseñanza Secundaria*. Universidad de Santiago de Compostela.2006.
- UGT. "Guía de buenas prácticas sobre el estrés en el sector de la enseñanza secundaria". Disponible a partir de: <http://portal.ugt.org/saludlaboral/publicaciones_new/>.
- Equipo de Investigación Cisneros. Instituto de Innovación Educativa y Desarrollo Directivo. Estudio Cisneros IX. "Riesgos Psicosociales en Profesores de la Enseñanza Pública de la Comunidad de Madrid". En línea: <<http://www.anpe-madrid.com/defensordelprofesor/LibroBlancoCisnerosIX.pdf>>
-